

給食で食を考えましょう!!

1月24日～1月30日は、全国学校給食週間です!!



日本の学校給食は、明治22年に山形県鶴岡町の私立忠愛小学校で、昼食を持参できない児童に対し、「おむすび・焼き魚・漬物」を無料で提供したことが始まりだといわれています。その後、各地に広がっていききましたが、戦争の影響などにより中断されました。

戦後、食糧難により子どもたちの栄養状態が悪化し、学校給食の再開を求める声が高まりました。昭和22年12月24日に東京都内の小学校で、アメリカのLARA（アジア救済公認団体）から寄贈を受けた給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日が学校給食感謝の日と定められました。

昭和25年度からは、冬季休業と重ならないように、1月24日から1月30日までの1週間が「全国学校給食週間」とされました。

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割について理解を深めるため、全国で様々な行事が行われています。みなさんも、この機会に学校給食や食べ物の大切さについて考え、話し合ってみましょう。



学校給食の役割



学校給食には、「主食・主菜・副菜」がそろったバランスのよい食事のとり方や食事のマナーなどの望ましい食習慣を身に付け、さまざまな食文化を知るといった役割があります。

学校給食の献立は、学校調理方式、デリバリー方式のどちらも、文部科学省が定めた「児童生徒1人1回当たりの学校給食摂取基準」を満たすように考えられています。特に、摂取しにくいビタミン類やカルシウムをしっかりと補えるように、野菜、小魚や海そうを多く使用しています。

みなさんの健康や成長に必要な栄養価は、学校給食をすべて食べてこそ満たされます。残さずしっかり給食を食べましょう。

食事前のあいさつ「いただきます」はだれに言う？

みなさんは、食事の前に「いただきます」としっかりあいさつができていますか？



みなさんが食べている、肉や魚、米や野菜にも命がありました。それらの「命」をいただいて私たちは生きています。

また、食べ物がみなさんの口に入るまでには、たくさんの方がかかわっています。

肉となる牛や豚、鶏を育てる人、魚をとる人、米や野菜を作る人、それらを運搬する人、販売する人、購入する人、調理する人等、かかわってくれたすべての人たち、そして食材の命に感謝の気持ちを込めて「いただきます」と言ってから食事をしましょう。

